A Revista Oficial da Terapia Holística

Revista TH

Agosto / Setembro - 2018

56

TRANSMUTANDO A TRISTEZA

SINCRONICIDADE E RADIÔNICA

UM 'MUNDO' SEM RESPOSTAS?

EMOÇÃO E SENTIMENTO

AROMATERAPIA: O UNIVERSO DOS AROMAS

ÍNDICE

04 Sincronicidade E Radiônica

08 Um Mundo Sem Respostas

11 Emoção E Sentimento

14 Transmutando A Tristeza

16 Aromaterapia

Capa: Aromas
Artista:
Henrique Vieira Filho

Editorial

É com grande prazer que publicamos esta que é a **57a Edição Online da Revista TH, a Revista Oficial da Terapia Holística**.

Nossa capa ilustra o vasto mundo dos aromas, tema abordado no Artigo "**Aromaterapia"**, de Vanessa Macedo, que será uma das pautas de palestras no **Holística 2018!**

Também sintetizam parte das demais palestras, os Artigos:

"**Sincronicidade E Radiônica**", de Nilma Siqueira, "**Um Mundo Sem Respostas"**, de Jerônimo Oliveira.

Os palestrantes Nelson Zuniga e Amim Haddad, nos brindam com os Artigos "**Transmutando A Tristeza Profunda**" e "**Emoção E Sentimento**", respectivamente.

Nossos votos de excelentes leituras e nos encontramos todos no **Holística 2018**!

Henrique Vieira Filho
Jornalista Responsável
MTB 0080467/SP

Edição, Diagramação, Ilustrações e Jornalista Responsável
Henrique Vieira Filho

Organização
SINTE
Sociedade Internacional de Terapia

Homepage
www.revistath.com.br

Contato
www.crt.org.br
contato@crt.org.br

Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística

Alameda Santos, 211 cj 1403
São Paulo - SP CEP 01419-000
(11) 3171-1913

SINCRONICIDADE, RADIÔNICA E AS CONEXÕES UNIVERSAIS

Na nossa vida diária, geralmente acontece algo que chamamos de "coincidência", mas essas são protagonistas de algo que vai interferir em nossa vida de um modo geral...

...porque nós fazemos parte de um universo interconectado e é crucial para todos nós estarmos interconectados com este universo de modo pessoal e transpessoal.

As radiações dos planetas de forma linear e circular vêm formando as figuras de Radiônica que nos ajudam a participar mais efetivamente desta sincronia.

Estudar esta sintonia nos ajuda a melhorar a vida no hoje.

Sincronicidade é o espaço intermediário entre o observador e o observado. É o espaço entre o ato de olhar uma tela e sentir a beleza por exemplo.

Carl Jung foi quem cunhou este termo sincronicidade, que é uma "coincidência significativa" que não é amplamente conhecida ou compreendida.

Mas, acreditamos que se engajarmos na sincronicidade podemos direcioná-la para nossos próprios fins.

Se quisermos nos beneficiar de uma sincronicidade, precisamos primeiro, reconhecê-la como significativa, depois seguir as pistas e ver aonde nos levam.

Às vezes é difícil porque estamos em crise, mas com certo esforço conseguimos, porque a psique às vezes nos dá, em forma de coincidências significativas, um meio de ajuda interna e psicológica.

Quando nossas ações são motivadas pelo amor, e não pela amargura, pela raiva, pelo ressentimento ou qualquer emoção negativa, as sincronicidades que geralmente acompanham uma tragédia podem nos oferecer descobertas profundas e até mesmo uma tranquilização.

Quando nós praticamos a meditação com respiração mais profunda, ficamos mais calmos e relaxados e teremos um aumento na quantidade de sincronicidade que vivenciamos.

Se agradecemos todos os dias de manhã pela vida, o universo sempre responderá trazendo experiências, situações e pessoas para ter mais motivos para agradecer.

A sincronicidade é a precursora de todos os fenômenos paranormais, de telepatia, da precognição, de clarividência e de visão remota.

Segundo Heráclito “A harmonia invisível é mais forte que a visível.”

Os planetas e corpos celestes estão recebendo e enviando radiações que chegam a todos e também aqui na terra formando elementos que proporcionam a vida e criando formas geométricas que vão fornecer a nossa sincronia.

Alguns mais sincronizados já receberam esta informação com mais clareza e criaram os gráficos radiônicos, sendo que estes, onde estiverem, puxam boas energias para aquele local.

São portadores de energias sincronizadas para o bem. Mas, para se receber estas boas energias, precisa-se trabalhar a sincronização.

Por isso, precisamos fazer alguns exercícios diários que nos ajudam neste mister, no desenvolvimento de nossa intuição, na percepção dos recados invisíveis do cosmo para nós.

Carl Jung afirmava que a sincronicidade é a base de todos os fenômenos psíquicos.

Ele teve uma experiência de quase morte quando deu um enfarto e saiu do corpo, dando uma volta pela terra, vendo muitos lugares, mas quando pensou que ia ficar por lá, foi puxado de volta para seu corpo e voltou a vida.

A partir daí escreveu uma biografia “Memórias, sonhos, reflexões”, onde está escrito:

“Evitamos a palavra eterno”, mas consigo descrever a experiência como o êxtase de um estado não temporal no qual passado, presente e futuro são um só.

Tudo o que acontece no tempo foi reunido em um todo concreto.

Para nos sentirmos sincronizados, usamos os gráficos de Radiônica que nos ajudam a melhorar a sincronicidade para enfrentar os acontecimentos com mais leveza.

Os gráficos ajudam-nos a nos sincronizarmos mais facilmente e sermos mais felizes.

Objetiva-se com este trabalho a obtenção do equilíbrio energético através da Sincronicidade, Radiônica e das conexões universais.

Desde muito tempo atrás, diferentes culturas estudam a energia que permeia o nosso corpo físico. Essa energia já recebeu vários nomes como chi, ki, kha, prana, etc. muitas linhas desenvolveram diferentes métodos de energização como Reiki, Terapia Prânica, Passes Espirituais, Cromoterapia, Radiônica e outros.

Essas linhas normalmente usam energias obtidas de fontes externas captando-as através dos centros energéticos.

Essas fontes externas são oriundas dos planetas que tem em sua malha energética - que os seguram no seu lugar no cosmos, dois tipos de energia que expandem: umas lineares – linhas diretas que se espalham em inúmeras direções e outras circulares que vão acompanhando as linhas diretas, porém são mais soltas e podem rodar com mais facilidade.

Todas essas linhas, tanto lineares como circulares, vão formando figuras que vão vibrar num determinado ponto com mais ou menos intensidade e portanto desempenham papeis de proteção e harmonização porque juntas formam essas energias vibracionais.

As energias vibracionais de fora quando encontram emoções e sentimentos bons da pessoa, como amor, felicidade, alegria e disponibilidade e outras, se somam e a pessoa passa a ter uma energia vibratória boa, ao ponto de outros perceberem essas vibrações.

Por exemplo, “Como é bom ficar perto de fulano” ou “fulano me faz bem, quando estou perto dele me sinto protegido”.

Então essas energias favorecem a sincronicidade atuar, acontecer novas oportunidades de trabalho, de bom relacionamento, etc.

Quando ao contrário, se as energias vibratórias dos planetas vêm e encontram a pessoa com sentimentos e emoções negativas, como: medo, vingança, desânimo, ódio e outras, elas vão potencializar essas energias e vão acontecer catástrofes com a pessoa.

Por isso é preciso “Vigiar e orar”. Vigiar para cultivar sentimentos nobres que com as energias unidas de fora vão ser potencializadas e fica mais fácil ser nobre, e “orar” que é entrar em sintonia com essas vibrações mais sutis e favoráveis à sua harmonia e progresso.

Todos têm condições de controlar suas vontades.

Então recordar um fato do passado que tenha causado boas ou más sensações, é muito simples.

Em pouco tempo sente-se de novo as emoções boas ou não do que passou, exigindo apenas concentração.

Isto acontece e altera o sistema nervoso central, provocando oscilações aceleradas em todo o organismo.

Essas mudanças provocam a liberação de energias que ficam acumuladas e sem uso no subconsciente. Então é preciso desejar com veemência que tais vibrações acumulem-se no vértice energético frontal para serem usados na hora do stress.

E assim o subconsciente se encarregará de executar a ordem.

Todos podemos através de exercícios mentais modificar a nós mesmos e consequentemente todo o Universo sincronizado conosco.

Esses exercícios mentais consistem em sintonizar nosso eu na “consciência cósmica”.

Enquanto estivermos sintonizados com o nosso mundo finito de pensamentos e emoções, não experimentaremos nenhuma mudança substancial em nós mesmos e muito menos no universo a nossa volta.

Já que a existência é um fenômeno de consciência.

Sintonizar nossa “tela mental” no silêncio que está além de nossos pensamentos, emoções e sensações é experimentar o vazio da meditação.

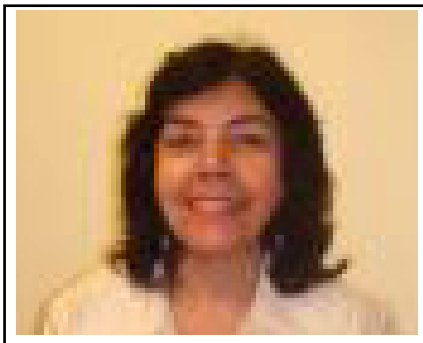
Neste vazio mental é onde as transformações pessoais ocorrem.

Somente quando a nossa mente está vazia é que a voz do silêncio de nossa intuição consegue se fazer audível na forma de insiglits ou de aumento da criatividade, inclusive artística.

Esse estado mental é descrito em todas as tradições místico-religiosas: o pangree africano, o SAMADHI hingu, o SANMAI zen-budista, o êxtase contemplativo cristão (contemplação infusa), o nirvana budista, o fanan muçulmano, a super-consciência de SRI Aurobindo (1872-1950) a supra consciência de PARAMAHANSA YOGANANDA (1893-1952), a grande imobilidade dos taoístas, etc...

Daí, conclui-se que estados alterados da saúde são a própria mente com a própria enfermidade, e os terapeutas têm inúmeras técnicas para ajudar o outro a repensar os acontecimentos de sua vida e mudar a faixa de vibração.

Matéria extraída da propositura de palestra a ser apresentado no Holística 2018!



Nilma Glória Braga Siqueira
CRT 30758 - Terapeuta Holística,
trabalha com Radiestesia, Radiônica
e é palestrante destacada do congresso Holística.

nilmagloria@terapiaholistica.net

COMO CONVIVER EM UM 'MUNDO' SEM RESPOSTAS?

Quando pesquisava para as minhas teses, eu percebia que todos nós seres humanos 'colocados' aqui no Planeta Terra, teria um propósito desta existência de sermos parte de um grandioso projeto: O desafio em viver as diferenças e as diversidades, mas a chave do 'cadeado' estaria em - conseguir viver em 'sintonia' com a 'frequência natural' – o intervalo de tempo que temos para vivenciarmos cada experiência – o Individual – que não está desvinculado do Coletivo!

Iniciamos a cognição das respostas às perguntas sem respostas quando iniciamos em nosso interior a autoconfiança e a cognição na educação do individual e do profissional nos pilares: interdisciplinar, multidisciplinar e transdisciplinar, para após da 'autoconsciência' podermos transmitir para o coletivo, sem julgamentos, mas talvez como fonte de luz. (Oliveira, 2017

Para que as relações tenham um desempenho eficaz é necessário que o empreendedor vital (o papel do Terapeuta Holístico) tenha fixado objetivos.

Cada objetivo das pessoas serve como catalisador. É importante, para as pessoas que tudo esteja bem definido, para não gerar conflitos.

Alguns objetivos emergenciais:

a) Aceitar cada pessoa como ela é;
b) Concretizar e especificar os objetivos;
c) Mensurar os objetivos;
d) Fixar prazos: curto, médio e longo;
e) Compatibilizar os objetivos;
f) Estímulos para alcançá-los;
g) Documentá-los;
h) Realiza-los.

O empreendedor vital desempenha um papel essencial dentro da estrutura da organização humana (empreendimento vital).

Espera dele, ainda que nada/ ninguém o incomode porque ao entender o que foi transmitido, que este empreendedor vital desempenhe as funções clássicas e básicas das características mobilizadoras:

a) Informar-se - (conhecimento da realidade) tanto dos problemas internos como da evolução do ambiente exterior (o que se poderá prever?).

Também deverá estar informado das diretrizes ou políticas que provém do staff (hierarquia) e dos dados ou comunicações que previnem os subordinados (aqueles que não perceberam ainda o que seja um empreendedor vital) das situações que eles têm que enfrentar no empreendimento vital.

b) Decisão – estabelecer, negociando com os pares os objetivos.
Escolher entre as distintas opções a que conduz a uma ótima utilização e desempenho (porque cada empreendedor vital tem um indicador de melhor desempenho) para alcançar os objetivos `perseguidos´.

c) Organização – colocar em ordem os recursos disponíveis, sempre limitados definindo as responsabilidades de cada um.

Estabelecer os programas de como empreender a vida nos âmbitos pessoal e profissional, determina-los e defini-los para o alcance final das METAS SMARTS.

d) Conduzir pessoas – liderança.

e) Monitoramento sistêmico (Planejamento) – medir e avaliar o executado. Fazer análise das causas eventuais de insucessos.

f) Tomada de decisões assertivas – Tanto para o empreendedor vital quanto para o empreendimento, é necessário estabelecer um sistema de avaliação do desempenho como se reunisse os valores vivenciados pelas pessoas enquanto realizam as atividades; pelo menos uma vez ao ano reunirem-se para análise e discussão de como caminhar em conjunto e averiguar as queixas, e os pontos que foram positivos e os negativos, este é o propósito do HOLÍSTICA.

g) O que fazer quando o líder é um chefe? O líder é uma pessoa que mais estimula no aspecto operacional e lógico sobre o seu desempenho e sobre o seu êxito. Convém que você dedique atenção, tempo e esforço para propiciar o êxito do gestor (pode ser nós mesmos quando se tratar da gestão da nossas vidas) sobre o resultado empreendedor. Saber o que ele espera de você, o que deseja de você, o que você percebe sobre o ritmo de sua vida, o seu trabalho ficará mais seguro.

É também de seu interesse defender os pontos de vistas dele quando você acredita que existe coerência, proteger os prestígios das pessoas que apresentam os `egos´ vaidosos.

Isto supõe que deve tratar de evitar falhas para não prejudicar o empreendimento, o que por qualquer motivo, tenha um deslize ou que caia no ridículo de um enfrentamento desnecessário.

Um elemento chave aqui é seu próprio ÊXITO.

Habilidades Pessoais:

a) As ilimitadas oportunidades de êxito: Trata-se de substituir a obsessão de corrigir erros, da sempre sensação de sermos culpados, e ter a tendência a perseguir o positivo para melhorar o que fazemos, e cada vez melhor. O importante é levar a vida de uma maneira mais lúdica (não quer dizer irresponsável), mas tranquila, sem malícias o tempo todo, ou seja, ficar sempre armado; se ver a vida mais luminosa, será mais gratificante e mais eficaz.

b) Os recursos pessoais: Trata-se de aprender a programar-se positivamente, em lugar de ver somente o lado negativo, como por exemplo: não sou capaz, hoje eu vou cair, vão me mandar embora do empreendimento, estou com vergonha (pode ser algo passado), sou sempre bloqueado, me deu branco, não consigo expressar-me.

A programação positiva é muito simples e tão infalível como a negativa; podemos aprender agora, ainda que suponhamos que temos que despender maior esforço;

O enfoque até chegar a excelência: A possibilidade que lhe oferece é, portanto, imensa e lenta, mas gratificante, basta ter paciência e ser perspicaz para poder perceber que ela está disposta na natureza; é uma viagem pessoal até a excelência, o desenvolvimento integral pessoal e as capacidades, habilidades e competências, dependem da forma que são estruturadas.

Matéria extraída da propositura de palestra a ser apresentado no Holística 2018!

Jerônimo Moreira de Oliveira

Terapeuta Holístico - CRT 37494 atua com Psicoterapia Holística e Terapia Corporal e é palestrante do **Holística 2017.**

jeronimomoreira@terapeutaholistico.com.br

EMOÇÃO E SENTIMENTO

A emoção é o movimento que envolve as sensações que se percebe.

Se desenvolve com ações sucessivas e integradas que acontecem dentro do corpo físico.

O sentimento é a diferença entre o que é mental e o que é comportamental. É a experiência do corpo mental revelada pela resposta, em extensão variável, do sistema orgânico a um estímulo.

Você pode ver uma reação, pode ver a aparência, o comportamento etc., entretanto, o sentimento você não pode ver.

Não existe um lugar em que aprendemos a pensar sobre os nossos pensamentos ou desafiar nossas ideias, ainda que os pensamentos estejam sempre conosco.

Todo pensamento envia um sinal elétrico que atravessa o cérebro, ou seja, os pensamentos têm verdadeiras propriedades físicas e são reais!

Controlar e dirigir os pensamentos de maneira positiva é um dos elementos mais eficientes para se sentir melhor. (AMEN,2005).

O Sentimento pode ser considerado como uma busca de valores pessoais para avaliar as informações perceptuais que consideram o que se sente em relação a alguém ou a uma situação, ou seja o nosso estado interno e a nossa experiência particular.

Os sentimentos e as emoções são ligados a estrutura do pensamento e não podem ser apartados dele.

As pessoas insensíveis são as mais desligadas dos sentimentos, e algumas constroem uma couraça para se proteger de experiências emocionais que não conseguem tolerar. Podem adotar defesas para repelir sentimentos dolorosos, como se lançar em atividades frenéticas ou arrumar um retiro intelectual. (MUSIC, 2005).

Conhecer os próprios sentimentos e movimentos pode estimular a nossa experiência no buscar razões para os nossos comportamentos.

Alguns sentimentos são efêmeros, enquanto outros, tem intensidade e são capazes de nos dominar, haja vista que os fatos tem o condão de nos revelar.

A mente inconsciente, mediando a psique consciente e o soma, retém os processos de pensamento imagético visuais e holísticos do hemisfério cerebral direito. (MOLLON,2005).

A emoção é o equivalente de afeto na linguagem cotidiana, tendo um caráter mais objetivo que sentimento.

Falamos em observar uma reação emocional numa pessoa, e já se afirmou que o local da emoção é o corpo, ao passo que o sentimento é a mente.

Mesmo assim, as pessoas referem-se tanto a uma experiência emocional como a uma experiência afetiva.

Dada a imprecisão dos limites desses conceitos (emoção e afeto), serão aqui usados como sinônimos, muito embora se trate de uma certa simplificação. (MUSIC,2005).

O Psicoterapeuta deve compreender a influência de sua personalidade.

Ou, melhor, a que ele exerce sobre o cliente, pois isso acontece espontânea, natural e inevitavelmente.

Entretanto, deve suprimir os aspectos do entusiasmo que poderiam ser perniciosos ou criar obstáculos ao atendimento terapêutico, enfatizando ou mesmo desenvolvendo, se ausentes, as influências que são construtivas e úteis para a terapia. (ASSAGIOLI,1970).

A psicoterapia holística procura promover e desenvolver a capacidade da ampliação do autoconhecimento para dar sentido às variações da vida e refletir bastante em relação a elas.

As emoções desempenham um papel fundamental. Os exemplos cotidianos revelam que as primeiras experiências podem influenciar a capacidade emocional e que os padrões de comportamento se tornam arraigados e se repetem, quase sempre involuntariamente.

No sentimento predomina o estímulo à avaliação valorativa pessoal. No pensamento, predomina a análise lógica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMEN, Daniel G. Transforme seu cérebro, transforme sua vida, págs. 64, 65 e 91. Editora Mercuryo. São Paulo-SP. 2005.

ASSAGIOLI, Roberto. Psicossíntese - Manual de Princípios e Técnicas, pág., 237. Editora. CULTRIX. São Paulo -SP.1970.

MOLLON Phil. Conceitos da Psicanálise. O Inconsciente, págs., 66 e 67. 1ª edição. Editora Duetto. São Paulo-SP. 2005.

MUSIC, Graham. Conceitos da Psicanálise. Afetos e Emoções, págs. 29, 55, 72 e 73. 1ª edição. Editora Duetto. São Paulo-SP. 2005.

Raimundo Amim Lima Haddad - CRT 38326 - Terapeuta Holístico, trabalha com Reiki, Calatonia, I Ching, Florais, Terapia Corporal e Fitoterapia, dentre outras técnicas.

amimhaddad@amimhaddad.com

Tristeza
Arte:
Henrique Vieira Filho

TRANSMUTANDO A TRISTEZA PROFUNDA

Segundo a observação em consultório, a tristeza profunda atinge em média dez por cento dos clientes.

Se considerarem isso, a população brasileira tem 21.361.784 milhões de pessoas tristes, que precisam de cuidados contínuos em terapia holística.

Entretanto a procura por aconselhamento, harmonização, recuperação da auto-estima, auto-respeito, descobrir a esperança e um motivo para seguir enfrente no momento presente, acontece de forma tardia.

Qualquer desequilíbrio ou desarmonia que provoque sofrimento de identidade ou emocional merece ser avaliado na sua causa e essência, para evitar procedimentos corretivos e onerosos.

As pessoas ignoram a tristeza profunda mascarando os medos e as tristezas, com irritação, compulsão na bebida, fumo, compras, sono excessivo, longas vigílias durante a noite, ansiedade, impaciência, insegurança, perda do sorriso, entre outras.

Isto traz conseqüências sérias para o tripé da existência: Profissão, Relacionamento e Qualidade de Vida.

Num período em que se precisa de redes e conexões serias no ambiente profissional, o portador de tristeza se isola, fecha as cortinas, evita a luz.

Nega o diálogo com a pessoa amada escondendo os sonhos, desejos e fantasias deteriorando o relacionamento, também esta pessoa, para de cuidar da qualidade vida, o que traz conseqüências e somatizações no corpo físico, mental, emocional, espiritual e energético.

Temos que estar cientes que nós terapeutas, cuidamos da harmonia e do equilíbrio dos corpos emocional, espiritual e energético (identidade e ou alma) e cabe ao psiquiatra o diagnóstico e tratamento de doenças mentais, e ao psicólogo ou médico a saúde mental, cognitiva-compotamental.

Assim nós Terapeutas Holísticos, temos o cuidado para que nosso cliente se revele como um ser em constante evolução com inicio, meio e fim, com a missão de superar as situações adversas transmutando-as em felicidade.

Ajudar-lhes a se identificar como atores do palco da vida, protagonizando com esperança, simplicidade, segurança e humildade sem procurar o aplauso, porque ele aparecerá no momento certo.

Vivenciamos um constante desafio valorizamos o ter, viajar, mas o valor maior e o ser e a viagem, no âmago de si mesmo.

Em resumo: tomar a vivência nas mãos, ser o escritor dos capítulos diários e da própria vida.

Ser feliz e fácil, mesmo nas intempéries da vida com os verbos amar, perdoar, ter, ser, estar, chorar, sorrir, precisar, beijar, abraçar, alegrar, lapidar, esculpir, agradecer, felicitar, reconhecer, elogiar.

Levamos tempo para aprender, lutar e nos tornar sábios, talvez seja inalcançável para um adulto, mas nunca será para a sua criança interior.

Nelson Nibaldo Flores Zuniga
Terapeuta Holístico - CRT 34429

Trabalha com Radiestesia, Radiônica, Florais, Regressão

zuniga@terapiaholistica.net

Aroma
Arte: Henrique Vieira Filho

AROMATERAPIA
O UNIVERSO DOS AROMAS

Os óleos essenciais são a quintessência das plantas, essas as quais trazem consigo a natureza na sua melhor forma.

Propriedades que incrivelmente possuem capacidade de compartilhar conosco em nossos sentidos e células, o que há de melhor na natureza.

Transcendem experiências com deliciosos aromas, esses que nos fazem sentir muito do que já havia sido esquecido, ou excluído, da nossa própria essência.

A aromaterapia é uma abordagem fitoterápica em que utiliza-se os óleos essenciais, esses óleos são extraídos de uma vasta variedade de plantas com métodos 100% naturais e por isso eles são tão benéficos à saúde, estimulando vitalidade e bem-estar.

A nossa saúde física e mental pode ser afetada pelas nossas emoções: se estamos alegres ou tristes, se sentimos ciúme ou raiva, se somos felizes ou ansiosos – tudo fica registrado em nosso corpo.

A aromaterapia pode ser usada para reequilibrar nossas emoções, afastar as influências negativas e estimular as positivas.

Podemos confundir facilmente o óleo essencial com a fragrância, já que os dois são bem parecidos externamente: são comercializados em vidro âmbar com conta-gotas.

Mas qual a diferença entre eles?

Existe diferenças consideráveis entre os dois além do preço – o óleo essencial é muito mais caro e tem um motivo adequado pra isso.

O óleo essencial é extraído da planta por algumas formas de extração complicadas que garantem a pureza do óleo da planta.

Por isso ele pode ser utilizado em métodos terapêuticos para a saúde, bem estar e alguns óleos podem até serem ingeridos.

Quanto à fragrância ou essência, essas não passam pelo complexo processo de extração e possuem misturas de produtos químicos e por isso se tornam substâncias sintéticas.

E de forma alguma devem ser utilizadas para tratamentos, terapêuticos ou medicinais, devido à perda das propriedades necessárias das plantas que são essenciais para esses tratamentos.

Sendo assim, as fragrâncias são ideias apenas para se obter um perfume agradável no ambiente e nada mais, por isso seu custo é muito menor.

A seguir vamos conhecer as principais aplicações dos óleos essenciais.

Difusão

Muitas empresas e principalmente hospitais nos Estados Unidos já utilizam os óleos essenciais para purificar o ar, melhorar o sistema respiratório, acalmar e ajudar com estresse e ansiedade dos pacientes.

Na difusão o óleo essencial é volatizado no ar do ambiente onde a pessoa está repousando.

Utiliza-se um aparelho nebulizador ou difusor - que pode ser à vela ou elétrico -, e coloca-se um pouco de água e o óleo essencial específico, de acordo com o tratamento.

Inalação

A inalação é mais uma forma de aplicação da aromaterapia que ocorre também através do sistema olfativo.

Com um lenço ou pano branco pingar de duas a três gotas do óleo essencial que deseja utilizar, e inalar através do olfato, respirando o óleo essencial diretamente.

Também pode-se fazer a inalação através do vapor colocando água quente em uma tigela e nela acrescentar algumas gotas do óleo essencial e em seguida, cobre-se a cabeça envolvendo a tigela e formando uma câmara de vapor em volta do rosto.

A inalação é indicada, principalmente, para os casos de afecções das vias respiratórias e da pele, e para uma rápida alteração do estado emocional.

Uso tópico

O uso tópico é um dos mais utilizados na aromaterapia, que é realizado através da terapia corporal aromática utilizando os óleos essenciais misturados a um óleo carreador.

O óleo quando aplicado é absorvido pela pele entre 1 a 2 horas após o toque.

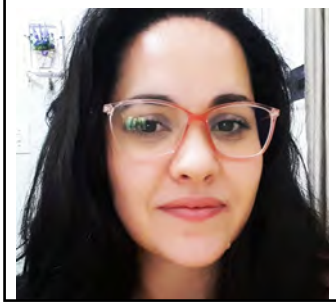
Ao passar pelo tecido, alcança nosso sistema linfático onde suas propriedades atuam em nosso sistema sanguíneo combinando suas propriedades ao nosso corpo, também agindo na seção límbica do cérebro (parte emocional.

De forma holística, os óleos essenciais são exatamente a essência principal – a alma das plantas, de forma concentrada.

Essas plantas nos trazem através da natureza milhares de propriedades e benefícios que nos auxiliam em evoluções físicas, mentais e espirituais.

Ou seja, recebemos dos óleos essenciais o que há de melhor na natureza!

Matéria extraída da propositura de palestra a ser apresentado no Holística 2018.



VANESSA OLIVEIRA GOMES MACEDO
Terapeuta Holística - CRT 50928,

Atua com Aromaterapia, Meditação e Dança Do Ventre Terapêutica.

Promoção!

CURSO DE TERAPIA HOLÍSTICA COMPLETO - ONLINE COM 55% DE DESCONTO PARA QUEM TEM CRT!

Data de expiração do cupom: 14/09/2018!

Todos sabemos da excelência dos Cursos ministrados pela CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística.

Realizados via internet, com material didático em conformidade com as NTSVs - Normas Técnicas da Terapia Holística, em poucos meses o participante conquista conhecimento das técnicas mais requisitadas e aos aprovados, a capacitação técnica para conquistar a CRT de status Pleno.

A próxima turma inicia ao final de abril e as inscrições costumam "lotar" logo nas primeiras chamdas!

O Projeto Livroteca iniciou uma promoção (temporária) com 50% de desconto no valor de mercado e, graças ao convênio com o CRT, você que é Credenciado em dia com a anuidade ainda consegue mais 55% de desconto digitando no ato da aquisição o cupom "crt_lhe_premia_com_55%" (copie e cole, sem as aspas...).

Acelere, pois as vagas são limitadas e o desconto é válido para os primeiros 40 inscritos!

É o CRT - Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística fazendo cada vez mais por VOCÊ!

De ~~R$2.360,00~~ por ~~R$1.187,00~~ para apenas R$ 534,15 (utilizando JÁ o cupom / prêmio!)!!

ACESSE: https://livroteca.com.br/produto/curso-de-terapia-holistica-completo-via-internet